

APRIL 2025

HUSAVIS

**For beboere, pårørende og
personale på
Plejecenter Kærbo**



KONTAKT

Kærbos hovednummer	43 57 96 00
Administrationen	43 57 96 08

Kærbo Hus A

Kærbo afd. A st.	43 57 96 21
Fleksible omsorgsboliger 1.sal	43 57 96 22
Fleksible omsorgsboliger 2.sal	43 57 96 25

Kærbo afd. B

Kærbo afd. B 1. sal	43 57 96 01
Kærbo afd. B 2. sal	43 57 96 02

Kærbo afd. C

Kærbo afd. C st.	43 57 96 41
Kærbo afd. C 1. sal	43 57 96 42
Kærbo afd. C 2. sal	43 57 96 43

Kærbo blok 4

Blok 4. stuen	40 43 25 49
Blok 4. 1. sal	43 57 96 40

Plejhjemsbestyrelsen

Formand: Bent Messerschmidt – messer2635@gmail.com

Aktivitets afd.

Aktivitetscentret	21 14 93 63
Frisørsalon	22 60 70 23
Fodterapeut	26 80 85 60

Mail sendes til kærbo@ishoj.dk

Velkommen til april!

”Grøn er vårens hæk, kåben kastes væk, jomfruer sig alt på volden sole;
luften er så smuk, deres længselssuk kendes let på deres silkekjole.”

(Tekst: Poul Martin Møller, 1819

Melodi: Niels W. Gade, 1851)

Endelig forår! Blomsterne pibler frem – det klør i fingrene for at sætte frø til
forspiring – og kinderne blusser af solens stråler.

Vi kan snart begynde at bruge vores dejlige altaner og haver.

Vi ser frem til en herlig tid, og glæder os til at dele tiden med jer.
Som altid er der meget planlagt; foredrag og oplevelser og i slutningen af
måned: vores ROYALE FEST for beboere og pårørende.



Ønsker til indhold og/eller kommentarer til Husavisen kan sendes til:
weand@ishoj.dk

OBS!

Det er også her du eller dine pårørende tilkendegiver,
hvis du absolut IKKE vil have et foto med i Husavisen.



Mød personalet

I april kan du i vores interview-side læse om Kathrin Meyer Lundberg,
Plejecenterleder for Kærbo/Torsbo.

Vil du dele et lykkeligt minde:

Jeg har 3 meget lykkelige minder og de er fra hver af de 3 fødsler jeg har haft. At give liv og få børn er den største lykke jeg har oplevet og de giver mig forsat mange lykkelige stunder.

Vil du fortælle en ting om dig selv, andre måske ikke vidste?

Jeg har gået til step hos Britt Bendixen og optrådt i grisekostume til det store afdansningsbal og så er jeg lidt glad for Rap også den mere hårde slags.

Hvad er din yndlingsret - og hvorfor?

Jeg har altså ret mange yndlingsretter, da jeg er virkelig glad for mad. Skal jeg vælge 2, så er det citronfromage og grillede lammekoteletter. Citronfromage fordi jeg selv laver en god citronfromage og grillede lammekoteletter, fordi de bare er saftige og velsmagende.

Hvor går din næste ferie hen?

Jeg er lige kommet hjem fra Gran Canaria, skøn ø med masser af sol og afslapning. Hvis jeg frit kunne vælge den næste tur, så drømmer jeg om Azorerne og om, at komme med på deres hvalsafari, på præcis den dag hvor rigtig mange hvaler passere, det ville bare være mere end wauw.

Hvad gør dig ked af det:

Jeg bliver ked af det når jeg bliver misforstået, eller pålagt nogle intentioner jeg ikke har.
Jeg bliver ked af det, når jeg kigger ud i verden og ser uro, børn i nød og manglende respekt for forskelligheder.

Hvem skal være maj måneds medarbejder? Og hvorfor?

Jeg synes det skal være Sabah fra rengøringen. Sabah virker til at være utrolig dedikeret omkring sine arbejdsopgaver og sætter en ære i at der pænt og ordentlig alle de steder hvor hun har været. Man møder hende altid med et stort smil om morgen, som bringer glæde til resten af dagene.

Sabah er utrolig hjælpsom og imødekommende og Kærbo er heldig at have så engagereret en medarbejder 😊



Minderne har vi vel lov at have – det foreløbigt sidste af vores 5 hyggelige fælles formiddage

Onsdag den 2. april fra kl. 10.30-11.30
i Samlingssalen

Obs: for tilmeldte

Denne onsdag formiddag gæstes vi af troubadour og strengeleger.
Sangsmed, pen- og penselfører.

Formidler og underviser BENTE KURE.



Bente kommer til os med en håndfuld vedkommende sange (mange af dem "egen avl"), samt nogle gode og sammenkædende kommentarer.

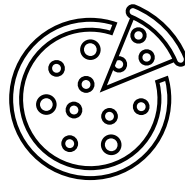
Hendes styrke ved den enkle og klare formidling, og det er her, at sangene folder sig helt ud.

Vi håber på lidt af det hele; og masser af muligheder for at synge med!

I samarbejde med FOF har vi sammensat et underholdende program fyldt med musikalske, kulturelle og historiske indslag, der vil bringe glæde, samvær og gode oplevelser. Glæd dig til at nyde hyggelige stunder i fællesskab med både gamle og nye bekendtskaber.



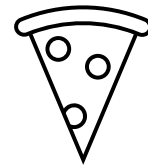
Åh at sætte tænderne i en pizza – hvem kender ikke den følelse?



Der var engang en gruppe mennesker i Hus A stuen, der en dag hen over frokosten kom til at tale om, at det kunne være så skønt igen at sætte tænderne i en pizza. Den der velkendte smags-blanding af sprødt, blødt, salt, fedt og stærkt ... der gør, at tænderne løber i vand. Ideen blev grebet og fluks blev en indsamling af penge og ønsker til pizza indsamlet.

I de næste uger gik snakken livligt. ”Hvornår er det nu, at vi skal have pizza? Jeg glæder mig”, blev der sagt.

Glæde og forventning; 2 af de stærkeste følelser i verden

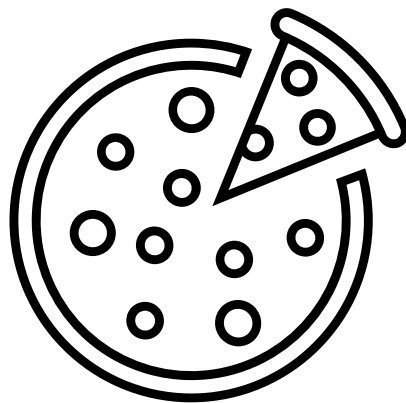


Og det blev en fantastisk frokost, den dag pizzaen blev leveret¹ Duften spredte sig i fællesrummet og smagen?

Ja den var præcis lige så god som erindret.

Lur os om ikke de gør det igen? Gentager succesen.

Og det var det pizza-eventyr 😊





EFTERTANKE

Pauser

Der er brug for pauser. Når man går tur, er det rart at vide, hvor der er en bænk, hvor man kan sætte sig, holde en pause og hvile benene lidt, før man går videre. Sådan så turen ikke bliver alt for lang og uoverkommelig.

Mens man sidder der på bænken, så får man måske øje på forårsblomster og træer, der er ved at springe ud.

Lytter til fuglene, hilser på og taler med andre, der også er ude for at gå en tur.

Pausen på bænken gør ofte den gode tur endnu bedre.

Vores samfund er mange måder optaget af, at vi skal være effektive.

Vi skal se at få noget fra hånden.

Arbejdet er vigtigt for, at vi kan få brød på bordet og tag over hovedet. Både som enkeltpersoner, familier og som samfund har arbejde stor betydning. For arbejdet er også med til at gøre et samfund rigere og gøre det muligt at varetage alle de opgaver, der er i et velfærdssamfund.

Men der er også brug for pauser og for at hvile sig.

Som samfund og som kultur har vi også brug for pauser. Der er brug for, at vi indgår i en fælles rytme om, at nu holder vi i fællesskab en pause, inden vi igen går i gang med en travl arbejdsdag eller arbejdsuge.

En uge har syv dage, hvoraf de fem er arbejdsdage og derpå kommer så en weekend med to fridage. Der er en del, der må arbejde i weekenden, for at andre kan holde fri, men langt de fleste her i landet har fri i weekenden, hvor de kan tage sig af familiefødselsdage, fodbold, have eller hvad de nu har af fritidsinteresser. For så mandag morgen at vende tilbage til en ny arbejdsuge.

Den måde, hvorpå vi har ordnet vores fælles hviledage, har sin oprindelse i religionen. Når vi har en uge med syv dage, stammer det helt tilbage til romertiden, men det er også begrundet i den bibelske skabelsesberetning, hvor Gud hviler sig på den 7. dag, som blev den jødiske sabbat - lørdagen. Pausen eller hvilen er dermed religiøst begrundet, man skal huske hviledagen og holde den hellig.

For et par år siden blev St. Bededag afskaffet som fridag, men stadig er der en række fridage og ferier, som har baggrund i den kristne tradition såsom julen, påsken, Kristi Himmelfart og pinsen.

Men derudover er der for kristne, muslimer og andre trossamfund helligdage, hvor man inden for hvert sit religiøse fællesskab er i en fælles rytme omkring fejring og markeringen af højtider. Den muslimske ramadan er et eksempel på det.

Som individer og som fællesskaber har vi brug for pauser for at kunne gå ind i den arbejdsfyldte hverdag igen. Vi har brug for at vide, at der er bænke både konkret og i overført betydning, hvor vi kan sætte os, hvile ud, blive ladet op, få tænkt over tilværelsen, være sammen med andre og få et nyt perspektiv.

/Asta - sognepræst

International gulerodsdag – det bliver sundt!

Fredag den 4. april sætter køkkenet på Kærbo spot på guleroden. Vi fejrer nemlig international gulerodsdag ... med alt hvad det indebærer.

Der serveres ' Guldsuppe m. ristede kerner' til aften.
A hvabehar?! GULDSUPPE, hvad er dog det, kunne nogen måske tænke?

Jamen, det er da et andet og kendt ord for en suppe, som er baseret på gulerod og hvor smagen kan varieres i det uendelige. Det bliver spændende at smage..

Der er gulerødder i eftermiddagskagen. Gulerødder som tilbehør, og gulerødder til fredagsbar.



Vidste du at?

Gulerødder er rige på **beta-caroten**, som omdannes til vitamin A i kroppen. Dette næringsstof er afgørende for synet, immunforsvaret og hudens sundhed. Derudover indeholder gulerødder også fibre, vitaminer som C og K, samt mineraler som kalium og mangan.

FØDSELSDAGE I APRIL



Vi ønsker tillykke til beboerne:

Bjarne Hangaard den 13. april
Preben R. Theilsgaard den 13. april
Hanne Kristensen den 14. april
Else Marie Baadsgaard Pedersen den 17. april
Bent Gulmann Lillie den 22. april
Mogens Ib Kristiansen den 28. april
Bodil Helga Sørensen den 29. april

Hurra og stort tillykke!

Vi har taget afsked med:

Umuhan Demir
Som afgik ved døden den 4. februar 2025

Søren Peter Olsen
Som afgik ved døden den 8. februar 2025

Anne-Lise Schumacher
Som afgik ved døden den 22. februar 2025



Æret være deres minde

KÆRBO INVITERER TIL
FEST

ØNSDAG DEN 30. APRIL
TÆMAET ER KONGELIGT OG
ROYALT

LAD OS MØDES UNDER
LYSEKRONERNES GLANS

– I VORES FINESTE TØJ –

OG NYDE EN FANTASTISK AFTEN
SAMMEN

DER VIL VÆRE LEVENDE MUSIK

MENU

**KOLDRØGET
LAKS MED
ASPARGES**

**OKSEMØRBRAD
STEGTE
KARTOFLER,
OG RØDVINS-
SAUCE**

ISLAGKAGE

VELKOMSTDRINK SERVERES VED
DEN GRØNNE PLADS
FRA KL. 16.45

DØRENE TIL SAMLINGSSALEN
ÅBNER KL. 17.00

PÅRØRENDE ER HJERTELIG
VELKOMNE (2 PER BEBOER)

PRIS FOR PÅRØRENDE 150,-

TILMELDING:
PÅ AFDELINGEN SENEST
TIRSDAG DEN 22. APRIL



Køkkenet på Kærbo og Torsbo har fokus på økologi og bæredygtighed. Og de arbejder til stadighed med at flytte grænser for smag og ernæring. Derfor holdt køkkenet i februar møde med Meyers Madhus.

Projekt Økologi & Madglæde

Formålet er at sikre en markant økologisk omlægning i offentlige køkkener – også her på Kærbo og Torsbo - hvor klimavenlige kostråd, høj spisekvalitet og reduktion af madspild indgår i et samlet hele til gavn for miljø, medarbejdere og borgere.

Vi sætter selv målene

Inden for de kommunale krav sætter vi lokalt i Ishøj målsætninger for, hvilke temaer vi vil sætte fokus på med udgangspunkt i økologien.

Målene er blandt andet et økologimål og et mål om at blive spisemærkeregistrerede med 'Det Økologiske Spisemærke' i bronze, sølv eller guld.

På Kærbo/Torsbo har vi en målsætning som hedder **sølvmærke**. Hele 2025 kommer Meyers Madhus derfor til at hjælpe os med vores målsætninger. Der skal afholdes kursus i køkkenet, og vi skal se hele vores indkøb igennem.

Vi regner stærkt med at komme i mål inden udgangen af 2025 😊.

Hovedbrud

	SPIND- LER	FOR- NAVN	BUTIK	ØSTRIG	LINJE		DYR	TALORD	ILT	FAIR	MILLI- METER	DAMPE	SVIND
INSTRU- MENT						AN- GREBET DREJE							
STED- ORD				MENER TV- COACH					FOR- NAVN FIRMA				
IDET			OVER- GANG NAT				SOLO SÆR- LINGE				MEGA- BYTE RAPPOR- TERET		
TONE		SKJULTE RUM						GALE TALORD					
FYR				SKY BESK								ENS- FARVET	
UNDER- TRYKKER					MYLDER KIGGE					HORN 2 ENS			
STÆVNE			GUDER					STADIG					
						BLOMST							

NAVN:

BOLIG:

Løsningen afleveres til enten Lise-Lotte eller Wenche senest den 21.marts

I marts blev den heldige vinder:

Sonja Frank fra Hus B

Kom endelig ned og hent din gevinst!!

Nyd en
forkælelse!

KÆRBOS NEGLESALON

DU KAN FÅ:

- Fingermassage
- Manicure
- Påføring af neglelak



DATOER I APRIL:

D. 2. APRIL KL. 9.30-11
D. 4. APRIL KL. 9.30-11
D. 28. APRIL KL. 13-14.30
D. 29. APRIL KL. 13-14.30

TILMELD DIG PÅ FORHÅND - DER
ER BEGRÆNSET ET ANTAL
PLADSER



FREDAGSBAR

Beboere, borgere, pårørende, brugere af huset og personale inviteres hermed til
fredagsbar på

"Den Grønne Plads" fra kl. 13.00-14.30

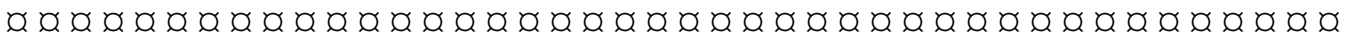
Kom og byd weekenden velkommen.

Månedens drink i april er en **Tequila Sunrise**



Og derudover vil du kunne købe sodavand og øl. Der er både alkoholfri øl og drinks.

Så tag dig selv, en ven, kollega, nabo eller én, du endnu ikke kender, under armen – og nyd nogle hyggelige timer med os.



I 2025 har vi besøg af præsten i vores lokale kirke – Vejleå Kirke - Asta Gyldenkærne

Hun kommer forbi til samvær og samtale:
Hver anden torsdag i lige uger
Mellem klokken 14-16.

Asta kommer og besøger os torsdag den 3. april.

Hun kommer rundt i huset, så giv meget gerne besked, hvis du ønsker besøg.

AKTIVITETSOVERSIGT – HVAD SKER DER I APRIL?

Tirs. – 1. april Kl. 12.30-13.15	Kærbo synger – sammen. Tirsdagssang!	OASEN
Ons. – 2. april KL. 10.30-11.30 Kl. 9.30-11	FOF – foredrag (for tilmeldte) Neglebar – med tilmelding	Samlingssalen Aktivitetscentret
Tors. – den 3. april Kl. 10-12 Kl. 13-14.30 Kl. 14-16	Samvær og leg med Bøgely Torsdagsbanden spiller Shuffle Board Der er besøg af præsten	Konferencen OASEN Rundt i huset
Fre. – den 4. april Kl. 9.30-11 Kl. 13-14.30	Neglebar – med tilmelding Fredagsbar – International gulerods-dag	Aktivitetscentret Den Grønne Plads
Man. – den 7. april Kl. 13-14.30 Kl. 13-14.30	Vi spiller banko – 10 kr. pr. plade Neglebar – med tilmelding	Den Grønne Plads Aktivitetscentret
Tirs. – den 8. april Kl. 13-14.30	Vi spiller Shuffle Board	OASEN
Ons. – den 9. april Kl. 10-11 KL. 13-14.30	MANDEKLUBBEN Babysalmesang	OASEN Samlingssalen
Tors. – den 10. april Kl. 13-15	Bålmad med Ishøj Naturcenter	Atriumgården v/ Daghjemmet
Fre. – 11. april Kl. 13-14.30	Fredagsbar	Den Grønne Plads
Man. – 14. april Kl. 13.14.30	Vi viser film på storskærm	Vi viser film på storskærm
Tirs. – 15. april Kl. 12.30-13.15	Kærbo synger – sammen. Tirsdagssang!	OASEN
Ons. – 16. april Kl. 10-11 Kl. 13-14.30	MANDEKLUBBEN Vi fejrer Dronningen – med hygge og snak	OASEN OASEN

AKTIVITETSOVERSIGT – HVAD SKER DER I APRIL?

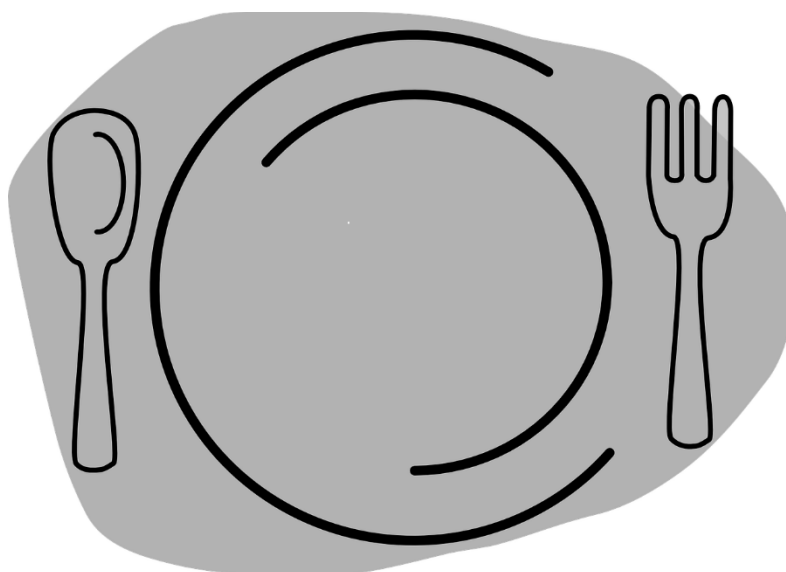
Dato og tid	Aktivitet	Sted
17.- 21. april	PÅSKE – ingen aktiviteter	
Tirs. – 22. april Kl. 13-14.30	GRATIS foredrag: Hvorfor man ikke brændte hekse af i middelalderen - GRATIS	Samlingssalen
Ons. – 23. april Kl. 10.30-11.30	GRATIS foredrag: Hvad taler vi egentlig om, når vi taler om natur og biodiversitet	Samlingssalen
Kl. 13-14.30	Dan kommer og spiller	Samlingssalen
Tors. – 24. april KL. 13-14.30	Gudstjeneste i Vejleå Kirke	Afgang fra Hovedindgangen
Fre. – 25. april Kl. 10-11.30	GRATIS foredrag: Fedme og diabetes: Blot et spørgsmål om livsstil?	Samlingssalen
Kl. 13-14.30	Fredagsbar	Den Grønne Plads
Lør. – 26. april Kl. 13.30-15.30	BANKO v/ Frivilliggruppen	Samlingssalen
Søn. – 27. april Kl. 10-11.30	GRATIS foredrag: Skridt for skridt: Træning efter en blodprop i hjernen	Samlingssalen
Man. – 28. april Kl. 13-14.30 Kl. 13-14.30	Neglebar – med tilmelding Vi viser film på storskærm	Aktivitetscentret Samlingssalen
Tirs. – 29. april Kl. 12.30-13.15	Kærbo synger – sammen. Tirsdagssang!	OASEN
Kl. 13-14.30	Neglebar – med tilmelding	Aktivitetscentret
Ons. – 30. april Kl. 10-11 Kl. 13-14.30	MANDEKLUBBEN Samvær, spis og snak – FOR TILMELDTE	OASEN Aktivitetscentret
Kl. 17	FEST for huset – se opslag	Samlingssalen

Madplan for april måned



Dato	Dag	Hovedret	Biret
01-04-2025	Tirsdag	Boller i karry m. ris	Rabarbergrød m. mælk/fløde
02-04-2025	Onsdag	Svampestroganoff m. mos	Kyllingesalat m. ananas og brød
03-04-2025	Torsdag	Dagens fisk	Æbledessert
04-04-2025	Fredag	Kogt høne, sur/sødsauce og kartofler	Guldsuppe m. ristede kerner
05-04-2025	Lørdag	Enebærgryde m. mos	Chokolademousse
06-04-2025	Søndag	Kalkungryde m. ris og grønt	Henkogt fersken m. råcreme
07-04-2025	Mandag	Flæskesteg m. brun sauce, kartofler og rødkål	Fløderand m. kirsebærsauce
08-04-2025	Tirsdag	Stegt kyllingelår m. flødekartofler og grønt	Spidskålssuppe m. ristede kerner
09-04-2025	Onsdag	Chili sin carne m. ris, creme fraiche og nachos	Croissant m. skinkesalat
10-04-2025	Torsdag	Dagens fisk	Jordbærgrød m. mælk/fløde
11-04-2025	Fredag	Krebinet m. stv. hvidkål og kartofler	Champignonsuppe
12-04-2025	Lørdag	Kyllingelasagne	Henkogt pære m. karamelcreme
13-04-2025	Søndag	Bøf stroganoff m. mos	Hindbærfromage

14-04-2025	Mandag	Rullesteg m. svesker, skysauce og stegte kartofler	Minestrone suppe
15-04-2025	Tirsdag	Stegt laks m. hollandaise, kartofler og grønt	Æblegrød m. mælk/fløde
16-04-2025	Onsdag	Påskefrokost	
17-04-2025	Torsdag	Lammefrikassé m. kartofler	Is m. vafler
18-04-2025	Fredag	Høns i asparges m. tarteletter	Spicy porresuppe m. creme fraiche
19-04-2025	Lørdag	Æggekage m. bacon og rugbrød	Pandekager m. syltetøj
20-04-2025	Søndag	Lammefrikadeller m. skysauce og kartofler	Citronfromage
21-04-2025	Mandag	Mørbradgryde m. mos	Aspargessuppe m. kødboller
22-04-2025	Tirsdag	Kødrand m. stv. ærter og gulerod, kartofler	Æblecruble m. creme fraiche
23-04-2025	Onsdag	Urtebiks m. bearnaise, rugbrød og grønt	Croissant m. tunsalat
24-04-2025	Torsdag	Dagens fisk	Muldvarpeskud
25-04-2025	Fredag	Stegt flæsk m. persillesauce og kartofler	Ærtesuppe m. croutoner
26-04-2025	Lørdag	Paprikagryde m. kylling og ris	Koldskål m. kammerjunkere
27-04-2025	Søndag	Forloren hare m. vildtsauce og kartofler	Rødgrød med fløde
28-04-2025	Mandag	Blomkålsgatin m. skinke, rugbrød og smørsauce	Torskenuggets m. dip
29-04-2025	Tirsdag	Svinekæber m. rodfrugtmos og grønt	Bondepige med slør
30-04-2025	Onsdag	Royal fest	



Hvad sker der i maj?

Mandag til fredag den 5. – 9. maj: Demensuge

Tirsdag den 6. maj: Jysk Tøjsalg

Torsdag den 8. maj: Banko i Samlingssalen

Tirsdag den 13. maj: Vinsmagning

**Ishøj Kommune har Omsorgscentret
Kærbo og Plejecenter Torsbo, der
fungerer som to selvstændige huse,
med fælles ledelse og struktur.**



Plejecentrene Torsbo og Kærbo
Center for Voksne og Velfærd